

**HUBUNGAN ANTARA POSTUR KERJA DENGAN KELUHAN  
MUSKULOSKELETAL PADA PETANI DI DESA JAGALAN,  
KECAMATAN KARANGNONGKO, KABUPATEN KLATEN**



**Disusun sebagai salah satu syarat menyelesaikan Program Studi Strata I  
pada Jurusan Kesehatan Masyarakat Fakultas Ilmu Kesehatan**

**Oleh:**

**ALFIATUL IZZA**

**J410170123**

**PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

**2021**

**HALAMAN PERSETUJUAN**

**HUBUNGAN ANTARA POSTUR KERJA DENGAN KELUHAN  
MUSKULOSKELETAL PADA PETANI DI DESA JAGALAN, KECAMATAN  
KARANGNONGKO, KABUPATEN KLATEN**

**PUBLIKASI ILMIAH**

Oleh:

**ALFIATUL IZZA**

**J410170123**

Telah diperiksa dan disetujui untuk diuji oleh:

Dosen

Pembimbing



**Rezania Asyfiradayati, S.KM., M.PH**

**NIK. 1101688**


## HALAMAN PENGESAHAN

### HUBUNGAN ANTARA POSTUR KERJA DENGAN KELUHAN MUSKULOSKELETAL PADA PETANI DI DESA JAGALAN, KECAMATAN KARANGNONGKO, KABUPATEN KLATEN




Oleh:  
**ALFIATUL IZZA**  
**J 410 170 123**

Dipertahankan di hadapan Tim Penguji  
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta  
Pada hari Sabtu, 11 September 2021  
dan dinyatakan telah memenuhi syarat

#### Pembimbing

  
**Rezania Asyfiradayati, S.KM., M.PH**  
**NIK. 1101688**

#### Dewan Penguji

|                    |                                      |   |
|--------------------|--------------------------------------|---|
| Ketua Penguji      | : Rezania Asyfiradayati, S.KM., M.PH | (  )  |
| Anggota Penguji I  | : Sri Darnoto, S.KM., M.PH           | (  ) |
| Anggota Penguji II | : Mitoriana Porusia, S.KM., M.Sc     | (  ) |

#### Menyetujui,

#### Kaprodi Kesehatan Masyarakat

  
**Dr. Yuli Kusumawati, SKM., M.Kes (Epid)**

**NIK. 863**

#### Mengetahui,

**Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan**  
**Universitas Muhammadiyah Surakarta**

  
**Dr. Umi Budi Rahayu, S.Fis., Ftr., M.Kes**

**NIK. 750**

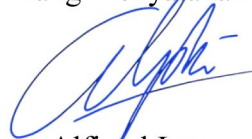
## **PERNYATAAN**

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam publikasi ilmiah ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan orang lain, kecuali secara tertulis diacu dalam naskah dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Apabila kelak terbukti ada ketidakbenaran dalam pernyataan saya di atas, maka akan saya pertanggungjawabkan sepenuhnya

Surakarta, 5 Juni 2021

Yang Menyatakan



Alfiatul Izza

# HUBUNGAN ANTARA POSTUR KERJA DENGAN KELUHAN MUSKULOSKELETAL PADA PETANI DI DESA JAGALAN, KECAMATAN KARANGNONGKO, KABUPATEN KLATEN

## Abstrak

Postur Kerja dapat berhubungan dengan terjadinya Keluhan muskuloskeletal pada Petani. Petani merupakan salah satu pekerjaan yang memerlukan tenaga yang cukup besar untuk mengolah lahan pertanian. Petani biasanya membajak sawah secara manual dan menanam padi dengan posisi membungkuk dengan menggunakan punggung sebagai penopang utama. Bekerja sebagai petani memiliki risiko mendapatkan gangguan kesehatan akibat kerja yang tanpa disadari, seperti keluhan sakit kepala dan kelelahan yang berlebihan. Dari hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan sebagian besar petani sering membungkuk, dan mengalami keluhan pegal-pegal, nyeri punggung dan pinggang yang sering terjadi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adakah hubungan antara postur kerja dengan keluhan muskuloskeletal pada Petani di Desa Jagalan, Kecamatan Karangnongko, Kabupaten Klaten. Jenis Penelitian yang digunakan adalah *observasional analitik* dengan pendekatan *cross sectional*. Penelitian ini dilakukan di Desa Jagalan, Kecamatan Karangnongko, Kabupaten Klaten dengan sampel sebanyak 60 orang Petani penanam padi dan pengambilan sampel menggunakan teknik *Total Sampling*. Teknik pengumpulan data pada penelitian ini yaitu dengan observasi langsung ke lapangan untuk dilakukan penilaian postur kerja menggunakan metode *Rapid Entry Body Assesment* (REBA) dan pengukuran keluhan muskuloskeletal menggunakan kuesioner *Nordic Body Map*. Hasil menunjukkan Ada hubungan antara postur kerja dengan keluhan muskuloskeletal ( $p\text{ value} = 0,040$ ). Berdasarkan penelitian yang dilakukan , sebagian besar responden yaitu 35 responden mengalami keluhan muskuloskeletal akibat kerja, yakni keluhan pada bagian lengan atas, punggung, pinggang, paha dan betis. Responden bekerja dalam posisi tubuh yang tidak ergonomis hal ini berdasarkan penilaian postur kerja menggunakan REBA yang didapatkan hasil risiko rendah sampai risiko sangat tinggi. Disarankan untuk petani dalam menanam padi melakukan perbaikan postur kerja yang benar dan memperhatikan prinsip-prinsip ergonomi dengan cara mencari informasi dari puskesmas, serta petani diharapkan menjaga kondisi tubuh agar tetap sehat dengan berolahraga secara teratur dan meregangkan otot sebelum melakukan pekerjaan sehingga mengurangi risiko cedera otot. Sedangkan untuk pemerintah bagi instansi kesehatan agar dapat bekerjasama dengan sektor pertanian untuk memberikan penyuluhan atau promosi K3 (Keselamatan dan Kesehatan Kerja) pada petani terutama postur kerja. Mendirikan pos UKK Petani di wilayah kerja Puskesmas.

**Kata Kunci :** Postur Kerja, Keluhan Muskuloskeletal

## Abstract

Work posture can be associated with musculoskeletal complaints in farmers. Farming is one of the jobs that requires a large amount of energy to cultivate agricultural land. Farmers usually plow the fields manually and plant the rice in a

bent position using the back as the main support. Working as a farmer has the risk of getting health problems due to work without realizing it, such as complaints of headaches and excessive fatigue. From the results of a preliminary study conducted, most of the farmers often stooped, and experienced complaints of aches, back and waist pain that often occurred. This study aims to determine whether there is a relationship between work posture and musculoskeletal complaints in farmers in Jagalan Village, Karangnongko District, Klaten Regency. The type of research used is analytic observational with a cross sectional approach. This research was conducted in Jagalan Village, Karangnongko District, Klaten Regency with a sample of 60 rice growing farmers and sampling using the Total Sampling technique. The data collection technique in this study was direct observation to the field for assessment of work posture using the Rapid Entry Body Assessment (REBA) method and measurement of musculoskeletal complaints using the Nordic Body Map questionnaire. The results showed that there was a relationship between work posture and musculoskeletal complaints ( $p$  value = 0.040). Based on research conducted, most of the respondents, namely 35 respondents experienced musculoskeletal complaints due to work, namely complaints on the upper arms, back, waist, thighs and calves. Respondents work in non-ergonomic body positions, this is based on an assessment of work posture using REBA which results in low risk to very high risk. It is recommended for farmers in planting rice to improve the correct work posture and pay attention to ergonomic principles by seeking information from the puskesmas, and farmers are expected to maintain body condition to stay healthy by exercising regularly and stretching muscles before doing work so as to reduce the risk of muscle injury. As for the government for health agencies to be able to cooperate with the agricultural sector to provide counseling or promotion of K3 (Occupational Safety and Health) to farmers, especially work postures. Establish a UKK Farmer post in the working area of the Puskesmas.

**Keywords:** Work Posture, Musculoskeletal Complaints

## **1. PENDAHULUAN**

Petani merupakan salah satu pekerjaan yang ditekuni oleh masyarakat Indonesia. Bekerja sebagai petani tentunya memerlukan tenaga yang cukup besar untuk dapat mengolah lahan pertanian. Petani biasa menghabiskan waktu setiap harinya di sawah, walaupun hanya mengawasi sawah ataupun mencangkul dan menanam. Mencangkul atau menanam adalah kegiatan yang berpengaruh pada posisi kerja. Dalam membajak sawah secara manual dan menanam padi, petani melakukan pekerjaannya dengan posisi membungkuk dengan menggunakan punggung sebagai penopang utama (Wicaksono, 2011).

Petani merupakan salah satu kelompok pekerja terbesar di Indonesia, sektor pertanian sendiri bekerja pada lahan pangan seperti jagung, padi, pemetik teh, sagu, kelapa, dan tanaman hortikultura. Bekerja sebagai petani juga memiliki risiko mendapatkan gangguan kesehatan akibat kerja yang tanpa disadari, seperti keluhan sakit kepala dan kelelahan yang berlebihan (Anies, 2014).

Keluhan pada sistem muskuloskeletal adalah keluhan pada bagian-bagian otot rangka yang dirasakan oleh seseorang mulai dari keluhan sangat ringan sampai sangat sakit (Tarwaka, 2015). Prevalensi penyakit muskuloskeletal di Indonesia berdasarkan data yang pernah didiagnosis oleh tenaga kesehatan yaitu 11,9% dan berdasarkan diagnosis atau gejala yaitu 24,7%. Prevalensi penyakit muskuloskeletal terbanyak ada pada pekerja seperti petani, nelayan dan buruh yaitu 31,2%. Berdasarkan penelitian yang dilakukan terhadap 9.482 pekerja di 12 kabupaten/kota di Indonesia gangguan yang dialami oleh pekerja pada umumnya berupa penyakit muskuloskeletal (16%), kardiovaskuler (8%), gangguan saraf (5%), gangguan pernafasan (3%), dan gangguan THT (1,5%) (Risikesdas, 2013).

Prevalensi global dari gangguan *musculoskeletal* (MSDs) adalah 8,4% pada tahun 2014. Tercatat terjadi peningkatan *Disability-Adjusted Life Years* (DALY) dari 20,6 juta pada tahun 1990 menjadi 30,9 juta pada tahun 2010 (smith *et al.*, 2014). Pada survey yang dilakukan di Great Britain tercatat bahwa angka kejadian MSDs sebesar 41% dari angka kejadian PAK, dan diungkap bahwa MSDs menjadi 37% penyebab seseorang absen dalam pekerjaan (HSE, 2016). Sedangkan di Indonesia pada tahun 2013, angka prevalensi gangguan muskuloskeletal berdasarkan gejala yang ada yaitu sebesar 24,7% (Risikesdas, 2013). Pada tahun 2003, *World Health Organization* (WHO) melaporkan *Musculoskeletal Disorders* (MSDs) adalah penyakit akibat kerja yang paling banyak terjadi dan diperkirakan mencapai 60% dari semua penyakit akibat kerja. Menurut Departemen Kesehatan RI tahun 2005, terdapat 40,5% pekerja di Indonesia mempunyai gangguan kesehatan yang berhubungan dengan pekerjaan diantaranya adalah gangguan muskuloskeletal sebanyak 16%, gangguan kardiovaskular 6%, kulit 1,3% dan gangguan THT 1% (Tana *et al.*, 2009; Wijaya *et al.*, 2011).

Sikap kerja yang tidak tepat memungkinkan para petani terkena nyeri punggung bawah. Data BPS (Badan Pusat Statistik) hingga tahun 2010 tercatat tenaga kerja petani Indonesia mencapai 107,4 juta orang. Berdasarkan survey awal yang dilakukan, didapatkan data 30% petani mengeluh menderita nyeri punggung bawah. Didapatkan 90% kasus nyeri punggung bawah bukan disebabkan oleh kelainan organik, melainkan oleh kesalahan posisi tubuh dalam bekerja. Posisi kerja dengan membungkuk menyebabkan otot menjadi lebih tegang. Seorang pekerja yang bekerja dengan posisi membungkuk membutuhkan ketahanan otot yang lebih besar, hal ini menyebabkan pembebanan yang lebih besar pada tulang belakang dan memicu munculnya rasa nyeri muskuloskeletal (Marras dan Krawowski, 2006 dalam Wicaksono, 2011).

Departemen Kesehatan RI. Selain penyakit akibat kerja, masalah kesehatan lain pada pekerja yang perlu mendapat perhatian antara lain gangguan reproduksi, penyakit jiwa, sistem syaraf ketulian, gangguan muskuloskeletal, dan sebagainya. ILO juga melaporkan bahwa gangguan muskuloskeletal saat ini mengalami peningkatan kasus di banyak Negara-negara. Contohnya seperti di Republik Korea gangguan muskuloskeletal mengalami peningkatan sekitar 4.000 kasus dalam rentang waktu 9 tahun dan di Inggris 40% kasus penyakit akibat kerja merupakan gangguan muskuloskeletal termasuk dari pembengkakan dan dampak negatif pembuluh darah, kondisi otot, tendon, ligament dan sendi pembuluh perifer. Bagian utama tubuh yang terlibat adalah punggung, leher, bahu, lengan bawah serta tangan (extrimitas bagian atas), meskipun bagian extrimitas bawah perlu juga mendapatkan perhatian extra. Di berbagai Negara-negara terdapat kasus muskuloskeletal penyebabnya merupakan penyakit akibat kerja, yang menyebabkan menurunnya kualitas hidup serta meningkatkan biaya dalam proses pengobatan (Ariyanto, 2012).

Dari hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan, sebagian besar petani yang melakukan kegiatan menanam padi terlalu sering membungkuk, posisi kerja ini sangat tidak ergonomis karena dapat mengakibatkan petani mengalami keluhan pegal-pegal, nyeri pada bagian tubuh terutama pada bagian punggung dan pinggang yang sering terjadi setelah melakukan aktivitas di sawah. Dari



permasalahan diatas dengan berbagai fenomena yang dialami oleh petani mengenai keluhan yang terjadi, maka peneliti ingin meneliti lebih lanjut dengan mengadakan penelitian berjudul “Hubungan Antara Postur Kerja Dengan Keluhan Muskuloskeletal Pada Petani di Desa Jagalan, Kecamatan Karangnongko, Kabupaten Klaten”.

## 2. METODE

Jenis penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan rancangan penelitian observasional analitik dan desain penelitian yang digunakan *cross sectional* atau potong lintang dengan variabel bebas yaitu postur kerja, variabel terikat yaitu keluhan muskuloskeletal. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adakah Hubungan Antara Postur Kerja Dengan Keluhan Muskuloskeletal Pada Petani di Desa Jagalan, Kecamatan Karangnongko, Kabupaten Klaten. Penelitian ini dilakukan pada seluruh Petani Penanam Padi di Desa Jagalan, Kecamatan Karangnongko, Kabupaten Klaten yang berjumlah 70 orang dengan menggunakan teknik Total Sampling. Analisis univariat dilakukan untuk mengetahui distribusi frekuensi dan proporsi guna mendeskripsikan variable independen dan dependen yang diteliti, yaitu postur kerja dan keluhan muskuloskeletal. Analisis bivariat dilakukan untuk melihat hubungan antara variable independen dengan variable dependen. Analisis menggunakan uji statistik *Chi-Square*.

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Responden yang terlibat dalam penelitian ini adalah Petani di Desa Jagalan, Kecamatan Karangnongko, Kabupaten Klaten yang berjumlah 60 responden. Berdasarkan hasil survey menggunakan instrument kuesioner yang telah dilakukan, maka dapat diketahui gambaran karakteristik responden meliputi umur, jenis kelamin, dan masa kerja pada tabel.

### 1) Umur, Jenis Kelamin, dan Masa Kerja

Tabel 1. Diistribusi Frekuensi Responden Petani Desa Jagalan

| Karakteristik Responden | Frekuensi (n) | Persentase (%) |
|-------------------------|---------------|----------------|
| Umur                    |               |                |

|                      |           |              |
|----------------------|-----------|--------------|
| 25-49                | 16        | 26,7         |
| ≥50                  | 44        | 73,3         |
| <b>Total</b>         | <b>60</b> | <b>100,0</b> |
| <b>Jenis Kelamin</b> |           |              |
| Laki-laki            | 41        | 68,3         |
| Perempuan            | 19        | 31,7         |
| <b>Total</b>         | <b>60</b> | <b>100,0</b> |
| <b>Massa Kerja</b>   |           |              |
| 1-5 tahun            | 2         | 3,3          |
| 6-10 tahun           | 4         | 6,7          |
| 11-15 tahun          | 7         | 11,7         |
| 16-20 tahun          | 11        | 18,3         |
| Lebih dari 20 tahun  | 36        | 60,0         |
| <b>Total</b>         | <b>60</b> | <b>100,0</b> |

Sumber : Data Primer Terolah Juli 2021

Berdasarkan Tabel 1, jumlah responden pada penelitian ini sebanyak 60 responden, dari yang seharusnya 70 responden. Pengurangan responden terjadi karena adanya lockdown pada beberapa dukuh di Desa Jagalan, Kecamatan Karangnongko, Kabupaten Klaten sehingga hanya terdapat 60 responden yang bisa dijadikan sampel penelitian ini.

Tabel 1 diatas menunjukkan bahwa jumlah umur terbanyak petani adalah pada usia ≥50 tahun dengan jumlah 44 orang (73,3%). Berdasarkan jenis kelamin jumlah responden terbanyak yaitu jenis kelamin laki-laki dengan jumlah 41 orang (68,3%). Berdasarkan massa kerja selama menjadi petani terbanyak dan tertinggi yaitu petani yang telah bekerja ≥ 20 Tahun sebanyak 36 orang (60%).

## 2) Pengukuran Tingkat Risiko Postur Kerja berdasarkan REBA

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Tingkat Risiko berdasarkan nilai REBA pada Petani di Desa Jagalan

| <b>Tingkat Risiko REBA</b> | <b>Frekuensi (n)</b> | <b>Persentase (%)</b> |
|----------------------------|----------------------|-----------------------|
| Sangat Rendah              | -                    | -                     |
| Rendah                     | 4                    | 6.7                   |
| Sedang                     | 28                   | 46.7                  |
| Tinggi                     | 26                   | 43.3                  |
| Sangat Tinggi              | 2                    | 3.3                   |
| <b>Total</b>               | <b>60</b>            | <b>100.0</b>          |

Risiko cidera dengan menetapkan tingkat tindakan korektif yang diperlukan serta melakukan intervensi agar segera dilakukan perbaikan untuk mengurangi risiko yang ditimbulkan.

Berdasarkan tabel 2, dapat diketahui bahwa didapatkan sebagian besar 46,7% responden memiliki tingkat risiko menurut REBA Sedang, 43,3% memiliki tingkat risiko tinggi, 6,7% memiliki tingkat risiko rendah dan 3,3% responden memiliki tingkat risiko sangat tinggi.

### 3) Keluhan Muskuloskeletal pada Petani

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Tingkat Keluhan Muskuloskeletal pada Petani di Desa Jagalan

| <b>Keluhan Muskuloskeletal</b> | <b>Frekuensi (n)</b> | <b>Persentase (%)</b> |
|--------------------------------|----------------------|-----------------------|
| Rendah                         | 21                   | 35.0                  |
| Sedang                         | 27                   | 45.0                  |
| Tinggi                         | 12                   | 20.0                  |
| Sangat Tinggi                  | -                    | 0                     |
| <b>Total</b>                   | <b>60</b>            | <b>100.0</b>          |

Dari tabel 3, sebagian besar 45% petani memiliki keluhan muskuloskeletal dengan tingkat risiko sedang, 35% petani memiliki keluhan muskuloskeletal dengan tingkat risiko rendah, dan 20% petani memiliki keluhan muskuloskeletal dengan tingkat risiko tinggi.

Analisis univariat pada penelitian ini menampilkan distribusi frekuensi variabel bebas (postur kerja) dan variabel terikat (keluhan muskuloskeletal) yang dapat dilihat pada Tabel 4.

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Tingkat Risiko REBA dengan Keluhan Muskuloskeletal Petani di Desa Jagalan

| <b>Variabel</b>         | <b>Frekuensi (N)</b> | <b>Persentase (%)</b> |
|-------------------------|----------------------|-----------------------|
| Postur Kerja            |                      |                       |
| Rendah                  | 31                   | 51,7                  |
| Tinggi                  | 29                   | 48,3                  |
| Keluhan Muskuloskeletal |                      |                       |
| Ada Keluhan             | 35                   | 58,3                  |

|                   |    |      |
|-------------------|----|------|
| Tidak Ada Keluhan | 25 | 41,7 |
|-------------------|----|------|

Sumber : Data Primer terolah Juli 2021

Berdasarkan Tabel 4, dapat diketahui bahwa petani yang tingkat risiko Postur Kerja Rendah terdapat 31 orang (51,7%) lebih banyak dibandingkan dengan petani yang memiliki tingkat risiko Tinggi yaitu 29 orang (48,3%). Sedangkan petani yang terdapat keluhan muskuloskeletal terdapat 35 orang (58,3%) lebih banyak dibandingkan dengan petani yang tidak terdapat keluhan muskuloskeletal yaitu 25 orang (41,7%).

Analisis bivariat ini dilakukan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara variabel bebas (postur kerja) dengan variabel terikat (keluhan muskuloskeletal) yang diteliti. Postur Kerja petani ini diperoleh dari hasil pengukuran kemudian diberikan pengkodean, yang dikategorikan menjadi dua kategori, yaitu Postur Kerja Tingkat Risiko Rendah dan Postur Kerja Tingkat Risiko Tinggi. Sedangkan untuk keluhan muskuloskeletal diperoleh dari hasil kuesioner dan kemudian diberikan pengkodean, yang dikategorikan menjadi dua kategori, yaitu Ada Keluhan dan Tidak Ada Keluhan. Hasil dari analisis bivariat ditampilkan pada Tabel 5.

Tabel 5. Hubungan Postur Kerja dengan Keluhan Muskuloskeletal Petani di Desa Jagalan, Kecamatan Karangnongko, Kabupaten Klaten

| Postur Kerja | Keluhan Muskuloskeletal |      |                   |    | Total |      | <i>P value</i> |
|--------------|-------------------------|------|-------------------|----|-------|------|----------------|
|              | Ada Keluhan             |      | Tidak Ada Keluhan |    |       |      |                |
|              | N                       | %    | N                 | %  | N     | %    |                |
|              |                         |      |                   |    |       |      |                |
| Rendah       | 22                      | 62,8 | 9                 | 36 | 31    | 51,6 | 0,040          |
| Tinggi       | 13                      | 37,2 | 16                | 64 | 29    | 48,4 |                |

Sumber : Data Primer Terolah Juli 2021

Berdasarkan hasil analisis bivariat pada Tabel 5, mayoritas responden memiliki postur kerja dengan tingkat risiko rendah dan terdapat keluhan muskuloskeletal yaitu sebanyak 22 orang (62,8%) dan responden yang memiliki postur kerja tingkat risiko tinggi dan terdapat keluhan muskuloskeletal yaitu

sebanyak 13 orang (37,2%). Sedangkan responden yang memiliki postur kerja rendah dan tidak terdapat keluhan muskuloskeletal yaitu sebanyak 9 orang (36%), dan responden yang memiliki tingkat risiko tinggi dan tidak terdapat keluhan muskuloskeletal yaitu sebanyak 16 orang (64%). Hasil dari uji statistic menggunakan *Chi Square* diperoleh hasil *p value* sebesar  $0,040 < 0,05$  sehingga  $H_0$  ditolak, maka dapat diartikan bahwa ada hubungan antara postur kerja dengan keluhan muskuloskeletal.

Berdasarkan hasil pengukuran yang telah dilakukan pada 60 responden khususnya petani yang menanam padi menggunakan kuisioner REBA, maka diketahui bahwa sebanyak 31 orang memiliki postur kerja dengan tingkat risiko rendah dan sebanyak 29 orang memiliki postur kerja dengan tingkat risiko tinggi. Pengukuran tersebut didapatkan hasil yang berbeda-beda. Hal ini dikarenakan posisi yang dilakukan oleh petani dalam menanam padi juga berbeda baik pada posisi leher, badan atau kaki.

Dilihat dari kegiatan menanam padi yang relative terus-menerus, maka jenis postur kerja merupakan postur kerja kontinyu. Postur kerja ini akan dapat mempengaruhi kondisi kesehatan organ-organ tubuh petani.

Kegiatan menanam padi ini dalam satu tahun dilakukan selama 3 kali masa tanam. Masa tanam 1 dilakukan pada bulan November sampai dengan bulan Februari, lalu masa tanam 2 dilakukan pada bulan Maret sampai dengan bulan Juni, dan masa tanam 3 dilakukan pada bulan Juli sampai dengan bulan September, sedangkan untuk bulan Oktober dilakukan untuk pengeringan jaringan irigasi untuk menelusuri kerusakan bangunan dan perbaikan saluran. Setiap periode masa tanam membutuhkan waktu selama 2-3 bulan hingga panen.

Penelitian ini mengenai hubungan postur kerja dengan adanya keluhan muskuloskeletal dapat diketahui bahwa mayoritas responden memiliki keluhan ringan metode yang digunakan adalah metode REBA. Penerapan metode ini ditujukan untuk mencegah terjadinya risiko cedera yang berkaitan dengan posisi, terutama pada otot-otot skeletal.

Penelitian ini sejalan dengan Ahmadi (2012) bahwa terdapat hubungan antara postur kerja dengan keluhan muskuloskeletal pada permanen kelapa sawit ( $p\text{ value} = 0,022$ ).

Penanganan keluhan muskuloskeletal yang biasa dilakukan oleh petani adalah memeriksakan keluhan muskuloskeletal seperti petani yang merasakan sakit pada bagian punggung dan pinggul ke klinik maupun rumah sakit sekitar ketika keluhan yang dirasakan tersebut sudah sangat mengganggu dan petani sudah merasa sakit. Petani cenderung menggunakan alternatif pengobatan dengan meminum jamu dan melakukan teknik relaksasi, serta banyak juga petani yang melakukan terapi pijat pada bagian tubuh yang dirasa sakit. Untuk pembelian obat sebagian responden membeli obat ke apotek untuk keluhan yang dirasakan tanpa adanya anjuran atau resep dari dokter.

Petani harus selalu menjaga kesehatan tubuhnya dengan cara istirahat yang cukup saat tidak melakukan pekerjaan, dan melakukan peregangan otot sebelum melakukan aktivitas di sawah, petani juga diharapkan untuk melakukan posisi kerja yang baik dan benar agar terhindar dari gangguan muskuloskeletal, dengan cara mencari informasi terkait bagaimana posisi kerja yang baik sesuai dengan prinsip-prinsip ergonomi dari Puskesmas.

## **4. PENUTUP**

### **4.1 Simpulan**

Ada hubungan antara postur kerja dengan keluhan muskuloskeletal ( $p\text{ value} = 0,040$ ). Responden terdapat keluhan muskuloskeletal sebanyak 35 orang (58,3%) dan responden yang tidak ada keluhan muskuloskeletal sebanyak 25 orang (41,7%). Responden yang terlibat dalam penelitian ini adalah Petani di Desa Jagalan, Kecamatan Karangnongko, Kabupaten Klaten mayoritas berjenis kelamin laki-laki sebanyak 41 orang (68,3%) dan responden perempuan sebanyak 19 orang (31,7%), dengan mayoritas usia lebih dari 50 tahun sebanyak 44 orang (73,3%). Dan jika dilihat dari lamanya masa kerja yaitu petani yang telah bekerja  $\geq 20$  tahun sebanyak 36 orang (60,0%). Hasil analisis didapatkan mayoritas responden memiliki postur kerja dengan tingkat risiko rendah dan terdapat

keluhan muskuloskeletal yaitu sebanyak 22 orang (62,8%) dan responden yang memiliki postur kerja tingkat risiko tinggi dan terdapat keluhan muskuloskeletal yaitu sebanyak 13 orang (37,2%).

#### **4.2 Saran**

1. Bagi Petani : Diharapkan melakukan perbaikan postur kerja dengan cara melakukan posisi kerja yang baik dengan memperhatikan prinsip-prinsip ergonomi. Petani bisa mencari informasi terkait bagaimana postur kerja yang baik di Puskesmas, serta petani diharapkan menjaga kondisi tubuh agar tetap sehat dengan berolahraga secara teratur dan meregangkan otot sebelum bekerja, sehingga mengurangi risiko cedera otot.
2. Bagi Pemerintah : Disarankan untuk instansi kesehatan agar dapat bekerjasama dengan sektor pertanian untuk memberikan penyuluhan atau promosi K3 (Keselamatan dan Kesehatan Kerja) pada petani terutama postur kerja, sehingga petani dapat terhindar dari keluhan muskuloskeletal. Mendirikan Pos UKK Petani di wilayah kerja Puskesmas.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Ahmadi, Hari. (2012). Analisis Sikap Tubuh dengan Keluhan Muskuloskeletal Pada Teknisi Mekanik dan Asisten Teknisi di TOTAL E&P Indonesia. Surabaya: Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga.
- Anies. (2014). Penyakit Akibat Kerja. Jakarta : PT.Elex Komputindo Kelompok Gramedia.
- Ariyanto J, dkk. (2012). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian *Musculoskeletal Disorders* (MSDs) Pada Aktivitas Manual Handling oleh Karyawan Mail Processing Center Makassar.
- de Carvalho MVD, Soriano EP, de Franca Caldas A Jr, Campello RI, de Miranda HF, Cavalcanti FI. (2009). *Work-related musculoskeletal disorders among Brazilian dental students*. J Dent Educ, 73(5): 624-30. Tersedia dari: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/19433537>.

- Gatcheel RJ, Kishino D, Strizak AM. (2014). *Occupational Musculoskeletal Pain and Disability Disorders*. Dalam R. J. Gatchel dan I. Z. Schultz, eds. *Handbook of Musculoskeletal Pain and Disability Disorders in the Workplace*. London.
- Health and Safety Executive. (2016). Work-related Musculoskeletal Disorders (MSDs) Statistics, Great Britain 2016. Tersedia dari: [www.hse.gov.uk/statistics/index.htm/](http://www.hse.gov.uk/statistics/index.htm/).
- ILO. (2013). The Prevention of Occupational Diseases. [www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/wcmspp\\_204755.pdf](http://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/wcmspp_204755.pdf).
- Kantana T. (2010). Faktor-faktor yang mempengaruhi keluhan low back pain pada kegiatan mengemudi tim ekspedisi PT. Enseval Putera Megatrading Jakarta Tahun 2010. Jakarta: UIN Syarif Hidayatullah.
- Marras W, Karwowski W. (2006). *Interventions, Controls And Applications In Occupational Ergonomics*. USA : University of Louisville.
- McCauley-Bush P. (2012). *Ergonomics: Foundational Principles, Applications, and Technologies*. New York: CRC Press.
- Nugraha, SB. (2013). Hubungan Postur Kerja Status Gizi dan Gerakan Berulang dengan Keluhan Subjektif Muskuloskeletal pada Pekerja Pandai Besi. Semarang.
- Rijanto BB. (2011). Pedoman Pencegahan Kecelakaan di Industri. Edisi 1. Jakarta: Mitra Wacana Media.
- Riskesdas. (2013). Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar Nasional. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Smith E. Hoy D. Cross M. Vos T. Naghavi M. Buchbinder R. March L. (2014). *The Global Burden of Other Musculoskeletal: estimates from the Global Burden of Disease 2010 study*. Ann Rheum Dis. 73(8). 1462-9.



Sucipto, Cecep Dani. (2014). Keselamatan dan Kesehatan Kerja. Yogyakarta: Gosyen.

Sulianta F. (2010). IT Ergonomics 1st ed. Jakarta: PT Elex Media Komputindo.

Tana L. Delima.tuminah S. (2009). Hubungan Lama Kerja dan Posisi Kerja dengan Keluhan Otot Rangka Leher dan Ekstremitas Atas pada Pekerja Garmen Perempuan di Jakarta Utara. Bul Penel Kesehatan, 37(1). Hal 12-22.

Tarwaka. (2010). Ergonomi Industri Dasar-dasar Pengetahuan Ergonomi dan Aplikasi di Tempat Kerja. Surakarta: Harapan Pers.

Tarwaka. (2015). Ergonomi Industri. Surakarta: Harapan Pers.